

GAMBARAN ADAPTASI PSIKOLOGIS IBU NIFAS DI DESA BANDUNG KECAMATAN DIWEK KABUPATEN JOMBANG

(A DESCRIPTION OF PSYCHOLOGIC ADAPTATION MOTHER CHILDHOOD AT BANDUNG VILLAGE KECAMATAN DIWEK KABUPATEN JOMBANG)

Mamik Ratnawati¹, Bayu Mahardika¹, Yuliati Alie¹

¹ Program Studi D3 Keperawatan STIKES Pemkab Jombang

ABSTRAK

Pada umumnya kemampuan penyesuaian diri pada masa nifas sangat penting untuk dijaga. Pelaksanaan yang kurang maksimal dapat menyebabkan ibu mengalami berbagai masalah, bahkan dapat berlanjut pada komplikasi masa nifas, seperti *baby blues*, *depresi post partum*, *psikosis pasca partum*. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui gambaran adaptasi psikologis ibu nifas di Desa Bandung Kecamatan Diwek Kabupaten Jombang. Penelitian ini merupakan penelitian *deskriptif* dengan populasi 240 orang yaitu semua ibu nifas baik primi maupun multi di Desa Bandung Kecamatan Diwek Kabupaten Jombang pada bulan Januari-Mei 2013. Sampel sebanyak 30 responden Teknik pengambilan sampel adalah *Purposive Sampling*, sampel sebagian ibu nifas sampai dengan minggu ke 6 baik primi maupun multi di Desa Bandung Kecamatan Diwek Kabupaten Jombang. Variabel penelitian adaptasi psikologis ibu nifas. Alat pengumpulan data *kuesioner*. Pengolahan data menggunakan *editing, coding, scoring, transferring, tabulating*, dan Analisa data menggunakan distribusi frekuensi dengan prosentase adaptif, mal adaptif. Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat diambil kesimpulan bahwa sebanyak 13 responden (43,3%) Adaptif 17 responden (56,7%) mal adaptif. Oleh karena itu untuk meningkatkan perilaku adaptasi psikologis ibu nifas dapat dilakukan dengan memberikan konseling atau penyuluhan, kelas ibu hamil, oleh tenaga kesehatan (Bidan, Dokter, atau Perawat) dan diharapkan antara ibu nifas dan tenaga kesehatan dapat bekerja sama dengan baik.

Kata Kunci : Adaptasi, Psikologis, Nifas

ABSTRACT

In general, the ability of the adjustment in the puerperium is very important to be maintained. Implementation is less than the maximum can cause the mother to experience a variety of problems, even can lead to complications during childbirth, such as baby blues, postpartum depression, post-partum psychosis. The purpose of this study to describe postnatal maternal psychological adaptation in the village of Bandung District Diwek Jombang. This research is a descriptive study with a population of 240 people that all new mothers in both primi and multi Bandung District Village Diwek Jombang in January-May 2013. Sample of 30 respondents sampling technique was purposive sampling, sample most new mothers up to 6 weeks for both primi and multi in the village of Bandung District Diwek Jombang. Variable maternal postpartum psychological adaptation research. Data collection questionnaire tool. Pengolahan data using the editing, coding, scoring, Transferring, tabulating, and data analysis using the percentage frequency distribution with adaptive, adaptive mall. Based on the results of research and discussion can be concluded that as many as 13 respondents (43.3%) Adaptive 17 respondents (56.7%) adaptive mall. Therefore, to improve maternal postpartum psychological adaptation behavior can be done by providing counseling or counseling, classes pregnant women by health personnel (midwife, doctor, or nurse) and are expected between postpartum mothers and health workers can work just as well.

Keywords: Adaptation, Psychological, Ruling

PENDAHULUAN

Masa nifas merupakan masa yang cukup penting bagi tenaga kesehatan untuk selalu melakukan pemantauan. Pelaksanaan yang kurang maksimal dapat menyebabkan ibu mengalami berbagai masalah, bahkan dapat berlanjut pada komplikasi masa post partum, seperti *baby blues* (kemurungan masa post partum, penurunan nafsu seks, dan kurang percaya diri mengenai kemampuan menjadi seorang ibu) terjadi 2 hari sampai 2 minggu setelah melahirkan, *Depresi post partum* (kehilangan

energi dan motivasi untuk melakukan sesuatu, perasaan bersalah dan putus harapan) dan *Post Partum Psikosis* (tingkat yang paling berat) ibu mengalami halusinasi dan mencoba untuk membahayakan bayinya. Jika respon psikologis memanjang dapat mengakibatkan kurangnya kasih sayang yang mempengaruhi cara ibu memperlakukan bayinya, anak-anak tersebut dapat mengalami proses rendahnya fungsi berfikir pada usia 4 tahun, kebencian orang tua pada perawatan, privasi, dan biaya pengeluaran, gelisah tentang kelangsungan hidup bayi, dan penyakit psikologis

atau penyalahgunaan alkohol dan kekerasan pada anak¹.

Pada tahun 2012 jumlah ibu nifas di Indonesia sebesar 4.902.585 orang, dan jumlah ibu nifas yang mendapatkan pelayanan nifas sebesar (73,48%) sumber : Kementrian Kesehatan RI, profil kesehatan Indonesia 2012. Pada tahun 2012 di Jawa Timur cakupan pelayanan nifas sebesar (95,86%) meningkat dibandingkan tahun 2011 (95,56%), kondisi tersebut menunjukkan bahwa petugas kesehatan semakin proaktif dalam melakukan pelayanan pada ibu nifas dalam upaya memperkecil resiko kelainan pada ibu nifas. Berdasarkan data pelaporan tahun 2012 di Kabupaten Jombang cakupan pelayanan ibu nifas sebesar 20.447 (94,21%) sedangkan seluruh ibu nifas yang ada 21.703orang.

Berdasarkan penelitian terdahulu oleh Mumtihanah di BPS Pratiwi Surabaya pada tanggal 12 Juni 2010 wanita mengalami suatu tipe dari gangguan psikologi, Diantaranya, *baby blues* di alami oleh 50-80% wanita setelah melahirkan dan depresi post partum di alami sekitar 10-15% .

Pada studi awal di Desa Bandung pada tanggal 11 juli 2013 setelah dilakukan wawancara tentang adaptasi psikologis pada ibu nifas pada 10 responden menunjukkan pada hari ke 1-2 ibu pada umumnya masih memikirkan diri nya sendiri, perhatiannya tertuju pada kekhawatiran akan tubuhnya berjumlah 3 responden (30%) ,hari ke 2- 5 ibu bekerja keras untuk menguasai keterampilan perawatan bayi misalnya menggendong, memandikan dan memasang popok, dan ibu harus mengambil tanggung jawab terhadap perawatan bayi berjumlah 7 responden (70%).

Adaptasi psikologis ibu postpartum merupakan reaksi akibat stimulus atau rangsangan jiwa seorang ibu setelah selesai melahirkan². Penyesuaian psikologis pada masa postpartum ada tiga periode,yaitu *taking in, taking hold, dan letting go*. Orang dewasa khususnya seorang wanita diharapkan memainkan peranan – peranan baru seperti peranan sebagai seorang istri, orang tua (ibu), setiap wanita membutuhkan kasih sayang, pengakuan dari manusia lain serta butuh dikenal, butuh dihargai, butuh diperhatikan dan butuh mendapat dukungan dari orang lain, keluarga dan teman terutama setelah melahirkan dimana pada periode ini sering seorang ibu menunjukkan depresi ringan beberapa hari setelah melahirkan.

Dalam memberikan dukungan dan *support* tenaga kesehatan dapat melibatkan suami, keluarga, dan teman di dalam melaksanakan asuhan sehingga akan membina hubungan antar manusia yang baik, antar petugas dengan klien dan klien sendiri. Dengan adanya *a good human relationship* diharapkan dapat memenuhi kebutuhan psikologis ibu setelah melahirkan anak. Berdasarkan uraian diatas, peneliti tertarik untuk meneliti tentang Gambaran Adaptasi

Psikologis Ibu Nifas di Desa Bandung Kecamatan Diwek Kabupaten Jombang.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian ini adalah deskriptif retrospektif yaitu untuk mengetahui gambaran adaptasi psikologis pada ibu nifas Desa Bandung Kecamatan Diwek Kabupaten Jombang tahun 2013.

Penelitian ini dilaksanakan di Desa Bandung Kecamatan Diwek Kabupaten Jombang dan penelitian ini dimulai 5 - 16 Agustus 2013.

Dalam penelitian ini populasinya adalah seluruh ibu nifas di Desa Bandung Kecamatan Diwek Kabupaten Jombang rata- rata perbulan 48 ibu nifas Januari – Mei tahun 2013 sebanyak 240 responden dan sampel yang digunakan dalam penelitian ini sebagian ibu nifas sampai dengan minggu ke 6 dan sesuai kriteria inklusi sebanyak 30 responden.

Dalam usulan penelitian ini teknik pengambilan sampelnya menggunakan teknik *Purposive Sampling*, yaitu suatu teknik penetapan sampel dengan cara memilih sampel di antara populasi sesuai dengan yang dikehendaki peneliti (tujuan atau masalah dalam penelitian), sehingga sampel tersebut dapat mewakili karakteristik populasi yang dikenal sebelumnya³.

Kriteria responden yang memenuhi syarat untuk digunakan sebagai responden adalah Ibu nifas sampai dengan minggu ke 6 di Desa Bandung Kecamatan Diwek Kabupaten Jombang dan ibu nifas yang kooperatif dan bersedia menjadi responden.

Variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah Adaptasi psikologis Ibu nifas di Desa Bandung Kecamatan Diwek Kabupaten Jombang.

Analisis data yang dipergunakan adalah konsep analisis data yang melalui proses *editing, coding, scoring, transferring* dan *tabulating* dan menganalisis data.

Untuk mengukur adaptasi dapat dilakukan dengan menggunakan perhitungan T skor.Rumus yang digunakan untuk mengukur adaptasi adalah menggunakan skala *Likert*.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Gambaran Adaptasi psikologis ibu nifas

No	Adaptasi	Frekuensi	Prosentase (%)
1.	Adaptif	13	43,3
2.	Mal adaptif	17	56,7
Total		30	100

Sumber : data primer, 2013

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa dari 30 responden lebih dari setengahnya yaitu 17 responden (56,7%) di Desa Bandung Kecamatan Diwek Kabupaten Jombang mal adaptif.

Tabel 2 Tabulasi silang gambaran adaptasi psikologis ibu nifas dengan umur

No	Umur	Adaptasi				Total	
		Adaptif		Mal adaptif			
		F	%	F	%	F	%
1.	15-20 tahun	3	60	2	40	5	100
2.	20-35 tahun	9	47,4	10	52,6	19	100
3.	35-45 tahun	1	16,7	5	83,3	6	100
	Total	13	43,3	17	56,7	30	100

Sumber : data primer, 2013

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa ibu nifas di Desa Bandung Kecamatan Diwek Kabupaten Jombang adaptif sebagian besar berumur 15-20 tahun yaitu sebanyak 3 responden (60 %).

Tabel 3 Tabulasi silang gambaran adaptasi psikologis ibu nifas dengan pendidikan

No	Pendidikan	Adaptasi				Total	
		Adaptif		Mal adaptif			
		F	%	F	%	F	%
1.	Pend. Dasar	5	45,5	6	54,5	11	100
2.	Pend. Menengah	7	43,8	9	56,2	16	100
3.	Perguruan Tinggi	1	33,3	2	66,7	3	100
	Total	13	43,3	17	56,7	30	100

Sumber : data primer, 2013

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa ibu nifas di Desa Bandung Kecamatan Diwek Kabupaten Jombang mal adaptif lebih dari setengahnya berpendidikan SMA yaitu sebanyak 9 responden (56,2 %).

Tabel 4 Tabulasi silang gambaran adaptasi psikologis ibu nifas dengan pekerjaan.

No	Pekerjaan	Adaptasi				Total	
		Adaptif		Mal adaptif			
		F	%	F	%	F	%
1.	Ibu rumah tangga	10	47,6	11	52,4	21	100
2.	Swasta	2	28,6	5	71,4	7	100
3.	Wiraswasta	1	50	1	50	2	100
4.	Tani	0	0	0	0	0	0
	Total	13	43,3	17	56,7	30	100

Sumber : data primer, 2013

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan bahwa ibu nifas di Desa Bandung Kecamatan Diwek Kabupaten Jombang mal adaptif sebagian besar pekerjaan swasta yaitu sebanyak 5 responden (71,4 %).

Tabel 5 Tabulasi silang gambaran adaptasi psikologis ibu nifas dengan persalinan.

No	Persalinan	Adaptasi				Total	
		Adaptif		Mal adaptif			
		F	%	F	%	F	%
1	Primipara	12	48	13	52	25	100
2	Multipara	1	20	4	80	5	100
	Total	13	43,3	17	56,7	30	100

Sumber : data primer, 2013

Berdasarkan tabel 5 menunjukkan bahwa ibu nifas di Desa Bandung Kecamatan Diwek Kabupaten Jombang yang lebih dari setengahnya primipara yaitu sebanyak 13 responden (52 %).

Tabel 6 Tabulasi silang gambaran adaptasi psikologis ibu nifas dengan hari postpartum

No	Hari postpartum	Adaptasi				Total	
		Adaptif		Mal adaptif			
		F	%	F	%	F	%
1	Hari ke 1 – 2	3	37,5	5	62,5	8	100
2	Hari ke 3 – 4	1	20	4	80	5	100
3	Hari ke 5 – 6	9	52,9	8	47,1	17	100
	Total	13	43,3	17	56,7	30	100

Sumber : data primer, 2013

Berdasarkan tabel 6 menunjukkan bahwa ibu nifas di Desa Bandung Kecamatan Diwek Kabupaten Jombang yang lebih dari setengahnya mal adaptif yaitu sebanyak 9 responden (52,9%).

PEMBAHASAN

Adaptasi

Hasil penelitian yang dilakukan pada ibu nifas di Desa Bandung Kecamatan Diwek Kabupaten Jombang diketahui 13 responden (43,3%) adaptif 17 responden (56,7%) mal adaptif. Menurut Notoadmodjo (2007), Adaptasi merupakan penyesuaian diri terhadap suatu penilaian. Dalam hal ini respon individu terhadap suatu perubahan yang ada dilingkungan yang dapat mempengaruhi keutuhan tubuh baik secara fisiologis maupun psikologis dalam perilaku adaptif. Hasil dari perilaku ini dapat berupa usaha untuk mempertahankan keseimbangan dari suatu keadaan agar dapat kembali pada keadaan normal, namun setiap orang akan berbeda dalam perilaku adaptif dan ada yang berjalan dengan cepat namun adapula yang memerlukan waktu lama tergantung dari kematangan mental orang itu tersebut.

Sedangkan hasil dari distribusi karakteristik tingkat adaptasi ibu tentang psikologis lebih dari setengahnya berada pada mal adaptif yaitu 17 responden (56,7%) hal ini dapat juga dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti : umur, pendidikan, pekerjaan, persalinan dan hari postpartum.

Adaptasi dengan Umur

Berdasarkan tabel 2 maka dapat menunjukkan bahwa dari 30 responden yang adaptif yaitu 3 responden (60%) berumur 15-20 tahun.

Umur mempengaruhi terhadap daya tangkap dan pola pikir seseorang, semakin bertambah usia akan semakin berkembang pola daya tangkap dan pola pikirnya, sehingga adaptasi yang diperolehnya semakin membaik⁴.

Responden yang berumur 15-20 tahun yang adaptif Seharusnya umur 15-20 tahun tersebut kemampuan atau kematangan seseorang dalam memahami suatu permasalahan khususnya dalam psikologis masih belum cukup matang tetapi dari penelitian di dapatkan umur 15-20 mampu beradaptasi dengan baik, mungkin di dapatkan karena dukungan dari keluarga.

Adaptasi dengan Pendidikan

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa dari 30 responden yang mal adaptif lebih dari setengahnya yaitu 9 responden (56,2%) berpendidikan SMA.

Pendidikan mempengaruhi proses belajar, makin tinggi pendidikan seseorang makin mudah orang tersebut menerima informasi. Dengan pendidikan tinggi maka seseorang akan cenderung untuk mendapatkan informasi, baik dari orang lain maupun media massa. Semakin banyak informasi yang masuk semakin banyak pula informasi yang didapat⁴

Pendidikan sangat mempengaruhi kemampuan seseorang dalam berfikir, seharusnya semakin tinggi pendidikan semakin tinggi pula kemampuan dan pola pikir seseorang, karena pendidikan merupakan salah satu aspek yang berperan dalam meningkatkan kecerdasan dan pola pikir. Pendidikan SMA merupakan pendidikan yang diberikan dengan kemampuan pola berpikir baik dibandingkan dengan pendidikan SD dan SMP. Kemampuan yang dimiliki pendidikan menengah (SMA) mengadakan hubungan timbal balik dengan lingkungan sosial, budaya, dan alam sekitar sehingga dapat mengembangkan pikirannya lebih lanjut dalam dunia kerja atau perguruan tinggi. Oleh karena itu pendidikan sangat mempengaruhi kemampuan seseorang dalam berfikir.

Adaptasi dengan Pekerjaan

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan bahwa dari 30 responden yang mal adaptif sebagian besar yaitu 5 responden (71,4%) pekerjaan swasta.

Pekerjaan adalah serangkaian tugas atau kegiatan yang harus dilaksanakan atau diselesaikan oleh seseorang sesuai dengan jabatan atau profesi

masing-masing. Status pekerjaan yang rendah sering mempengaruhi tingkat adaptasi seseorang⁴

Responden yang bekerja swasta yang mal adaptif, karena ibu yang pekerjaannya swasta hampir sebagian waktunya itu dipergunakan di tempat kerja saja. Sehingga waktu bersama anaknya sangat kurang padahal ibu itu harus banyak waktunya bersama anak apalagi anak pertama untuk saling berinteraksi dengan keluarga atau teman sehingga bisa saling bertukar pikiran dengan saling memberikan informasi.

Adaptasi dengan Persalinan

Berdasarkan tabel 5 menunjukkan bahwa dari 30 responden yang mal adaptif lebih dari setengahnya yaitu 13 responden (52%) primipara.

Pengalaman sebagai sumber perilaku adalah suatu cara untuk memperoleh kebenaran perilaku dengan cara mengulang kembali perilaku yang diperoleh dalam memecahkan masalah yang dihadapi masa lalu⁴

Pada umumnya ibu yang baru pertama kali melahirkan tentu nya pengalaman yang dimiliki belum terlalu banyak sehingga kemampuan dalam beradaptasi ibu masih kurang.

Adaptasi dengan hari postpartum

Berdasarkan tabel 6 menunjukkan bahwa dari 30 responden yang mal adaptif sebagian kecil yaitu 9 responden (30%) *lating go* (hari 5 – 6 minggu).

Ibu sudah mulai mampu mengontrol dirinya dalam hal kondisi fisik serta emosi. Semuanya dimulai dengan rasa kwatir tentang kemampuannya sehingga ia berusaha untuk menguasai keterampilan merawat bayinya dengan meniru bidan atau perawat sampai akhirnya dapat melakukan secara mandiri.

Seharusnya pada hari 5 – 6 minggu ibu sudah mampu beradaptasi (merawat bayi).mungkin ini dipengaruhi oleh umur dan persalinan ibu.

KESIMPULAN

Berdasarkan dari hasil tabulasi dan pembahasan maka disimpulkan oleh peneliti bahwa adaptasi psikologis ibu nifas diketahui lebih dari setengahnya 17 responden (56,7%) di Desa Bandung Kecamatan Diwek Kabupaten Jombang.

SARAN

Bagi Peneliti Selanjutnya

Agar peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian lebih mendalam lagi terutama tentang adaptasi psikologis atau dengan mengembangkan variabel penelitian.

Bagi Institusi Pendidikan

Institusi pendidikan agar membuat jurnal penelitian sebagai bahan bahasan dan menjadi sumber pustaka untuk penelitian selanjutnya.

Bagi Tenaga Kesehatan

Agar tenaga kesehatan dapat memberikan informasi tentang adaptasi psikologis pada ibu nifas, dengan mengadakan penyuluhan, kelas ibu hamil (sewaktu masih hamil), kunjungan neonatus dan menggunakan leaflet agar lebih mudah dipahami oleh ibu nifas.

Bagi Responden

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi responden dalam memenuhi kebutuhan psikologis ibu setelah melahirkan anak.

Bagi Tempat Penelitian

Setiap fasilitas kesehatan hendaknya dapat lebih meningkatkan kualitas pelayanan misalnya dengan melakukan pendekatan interpersonal dalam menghadapi klien khususnya tentang adaptasi psikologis.

DAFTAR PUSTAKA

1. Saleha, S. 2009. *Asuhan Kebidanan pada Masa Nifas*. Jakarta : Salemba Medika
2. Bahiyatun. 2010. *Psikologi Ibu dan Anak*. Jakarta : EGC
3. Nursalam, dkk. 2007. *Konsep dan Penerapan Metode Pendidikan Ilmu Keperawatan*. Jakarta : Salemba Medika
4. Notoatmodjo, S. 2008. *Pendidikan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.